

## Unsere derzeitigen Sportangebote im Überblick

Montag	16 – 19 Uhr	RSG Training versch. ÜL	Sporthalle Alte Ziegelei
	17 – 18 Uhr	Haltung und Bewegung mit Christa Bennemann	Draußen, oder nach Absprache
	18 – 19.15 Uhr	XCO Walking und Brasil Workout mit Annette Dücker	Draußen, Treffpunkt Sporthalle Grundschule
	19 – 20.30 Uhr	Yoga mit Andrea Schrottenloher	Sporthalle GS Große Heide
Dienstag	8.45 – 10 Uhr	Haltung/Bewegung Erwin Buhler	Sporthalle Alte Ziegelei
	9 -10 Uhr	Aktiv im Ruhestand mit Mechthild Schöngarth	Sporthalle Alte Ziegelei
	10.15 – 11.30 Uhr	Eltern Kind Turnen mit Mechthild Schöngarth	Sporthalle Alte Ziegelei
	14.30 – 19 Uhr	Gerätturnen(Leistungsmädchen) mit Christina Schröder	Sporthalle Alte Ziegelei
	16 – 22 Uhr	Badminton versch. Trainer	Sporthalle Alte Ziegelei
	18 – 19 Uhr	Haltung Bewegung J. Paul	Sporthalle GS Große Heide
	19.15 -20.15 U	Pilates mit Jeannette Paul	Sporthalle GS Große Heide
Mittwoch	15 – 16 Uhr	Boule Treff	Sportplatzgelände
	16.15 – 17.45 Uhr	Gerätturnen ohne Wettkampf mit Tanja Deppe u. Helferinnen	Sporthalle Alte Ziegelei
	17 – 18 Uhr	Gymnastik für Sie mit Maria Reker-Luthe	Sporthalle Grundschule Große Heide
	18 – 18.15 Uhr	RehaSport / Haltung und Bewegung mit Petra Schomaker	Sporthalle Grundschule Große Heide
	19 – 20 Uhr	Stepmix / Kondition mit Petra Schomaker	Sporthalle Grundschule Große Heide
	18.30 -19.45 Uhr	Haltung und Bewegung mit Christa Bennemann	zur Zeit draußen bei einem TN, oder nach Absprache
	20 – 21 Uhr	Er & Sie Fit wie nie Henrike Keil	Sporthalle Alte Ziegelei
Donnerstag	9 – 10 Uhr	Fit am Morgen M. Schöngarth	Sporthalle Alte Ziegelei
	16 – 19 Uhr	Gerätturnen(Leistungsmädchen) mit Christina Schröder	Sporthalle Alte Ziegelei
	18 – 22 Uhr	Badminton versch. Trainer	Sporthalle Alte Ziegelei
	19 – 20 Uhr	Zumba mit Melanie Dinse	Sporthalle GS Große Heide
	19.15 – 20.15	Bodyforming	Draußen/Halle Waldorfschule
Freitag	8 -9 Uhr	XCO Walking Annette Dücker	Treffpunkt Parkplatz Sportplatz
	8.15 – 9 Uhr	Reha Sport mit Siggie Höker	Sporthalle Alte Ziegelei
	9.15 – 11.30	Eltern Kind Turnen	Sporthalle Alte Ziegelei
	15.15 – 16.15	HipHop mit Maike Twelker	Sporthalle GS Große Heide
	15.30 – 19 Uhr	RSG mit versch. Trainerinnen	Sporthalle Alte Ziegelei
Samstag	10 – 13 Uhr	Gerätturnen(Leistungsmädchen) mit Christina Schröder	Sporthalle Alte Ziegelei
	10 – 13 Uhr	RSG Hobbygruppe Kiara Kuhrs	Sporthalle Alte Ziegelei
<b>zur Zeit aktuelle Fußballtrainingszeiten</b>			
MO und DO	19.00 – 20.30	A-Jgd S. Gößling und R. Weber	Sportplatzgelände
MO und DO	17.30 – 19.00	B-Jgd Maik u. Philip Harrison	Sportplatzgelände
DI und DO	17.30 – 19.00	C-Jgd. Christian Manig u. Helfer	Sportplatzgelände
DI und DO	16.30 – 18.00	E-Jgd. Viola Knehans u. Helfer	Sportplatzgelände
MO und MI	17.00 – 18.00	F-Jgd. Lennart Knitter u. Helfer	Sportplatzgelände
Freitag	16.30 – 17.30	G-Jgd. Artjom Hibert u. Helfer	Sportplatzgelände

Sportler\*innen die sich hier nicht wiederfinden, fragen bitte bei den Trainer\*innen / Übungsleiter\*innen oder im Vereinsbüro nach

Stand: 12. Juni 2020